



## Perles du Népal (THNE2)

### Népal - Asie du Sud

**9 jours**

*Prix à partir de 4585.00 EUR p.p.*

Niveau

Type	Liberté avec guide
Specialiste de la destination	Olivier Delmée
Age minimum	18 ans
Hébergement	Hôtel de charme Lodge de charme
Groupe	de 2 à 2 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



### Les points forts de ce voyage

- la vue du Yéti Mountain lodge de Phakding
- le vol en hélicoptère de Phakding à Lukla
- les vols intérieurs pour un plus grand confort



Thematika

Bohey, 25  
L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Un voyage de noces au Népal ? C'est exactement la destination pour des jeunes mariés avides d'aventure sans sacrifier le charme et le confort qui sied à tout voyage nupsial.**

Au pied des montagnes de l'Himalaya entre villes aux patrimoines culturels grandioses et vallées préservées, un **voyage de noces au Népal** réserve bien des surprises. Cette destination encore méconnue d'Asie du Sud s'est dotée de quelques hébergements de grand confort. Ils seront des lieux de séjour combinant des ambiances sophistiquées de style local et contemporain.

### J1 / Vol sur Kathmandou

Arrivée et transfert à l'hôtel. Nuit au Hyatt

Repas : aucun.

### J2 / Visite de Katmandou

Visites de Swayambunath, Boddhanath et Pashupatinath

Votre guide vient vous chercher à 9h à votre hôtel. Vous commencez par la visite du « monkey temple » perché sur la colline de Swayambu et ses nombreux petits primates qui donnent leur nom à l'édifice. En fin de matinée, votre chauffeur vous conduit à Boddanath, ville sacrée pour les bouddhistes et peuplée de tibétain. Admirez l'immense Stupa qui se dresse au centre de la place, visitez les nombreux monastères environnants. Vous prenez maintenant la direction de Pashupatinath, à quelques encablures de là pour un spectacle complètement différent. Vous pénétrez un sanctuaire hindouiste, un des plus hauts lieux de culte du pays. C'est ici qu'ont lieu les crémations au bord de la rivière, ambiance mystique accentuée par la présence de nombreux singes et de cérémonies religieuses. Nuit au Hyatt

Repas : B.

### J3 / Phakding

Vol régulier vers Lukla (30min) puis marche jusqu'à Phakding (3h de marche).

Tôt le matin, vous prenez le vol pour l'aéroport de Lukla situé à 2800m d'altitude. Vous êtes déjà au cœur de l'Himalaya. La magie continue alors que vous randonnez jusqu'à Phakding pendant 3h. Accompagnés d'un guide de haute montagne et de porteurs, vous prenez vos marques dans notre lodge de luxe Yeti Mountain Home. La vue y est magnifique. Nuit au YMH Phakding.

Repas : B/L/D

### J4 / Hélicoptère - Bhaktapur

Tôt le matin un hélicoptère privé vient vous chercher pour vous emmener prendre le petit déjeuner à Syangboche pour un face-à-face époustouflant avec l'Everest. Vous voler au-dessus des montagnes pendant une heure avant de redescendre vers Lukla d'où vous prenez un vol pour aller à Katmandou. Vous prenez ensuite la route pour Bhaktapur, découverte de l'ancienne cité royale (1h de route). Nuit au Heritage

Repas : B

### J5 / Bhaktapur-Dhulikhel

1h30 de route.

Vous profitez de la quiétude de cette ville Newar avant de prendre la route en direction de Dhulikhel, situé sur les collines et qui vous offre une vue imprenable sur l'Himalaya. Installation au Dwarika Resort, considéré comme le plus beau du pays.

Repas : B

### J6 / Parc national du Chitwan

Vous retournez à Katmandou pour un court vol vers Chitwan (20min).

Changement radical de paysage, vous êtes désormais au niveau de la mer dans des plaines verdoyantes de végétation tropicale et rizières.

Après 1h de route, vous vous installez au Kasara et choisissez les activités que vous souhaitez faire les deux prochains jours avec votre hôte.

Nuit au Kasara

Repas : B/L/D

Thematika



Bohey, 25

L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

**THEMATIKA**  
Voyagez comme vous aimez.

**J7 / Découverte du Chitwan**

Découverte de la jungle et particulièrement à la recherche d'un des derniers rhinocéros d'Asie. Peut être, vous apercevez des traces du tigre et avec un peu de chance, le verrez-vous.

Nuit en lodge

Repas : B/L/D

**J8 / Retour à Katmandou.**

Vol et reste de la journée libre.

Nuit au Dwarika.

Repas : B

**J9 / Départ et vol retour en Europe**

Transfert à l'aéroport 3h avant décollage.

## Dates et prix

 Promotion	 Départs complet	 Départ assuré			
<hr/>					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	

## Info pays



### Népal

Trekking ! Au Népal, ce mot prend toute sa signification. Imaginez un petit royaume montagneux où la population se déplace exclusivement à pied. Des paysages d'une grande diversité : rizières, gorges, villages, belles forêts, sommets prestigieux. Le Bhoutan, pays le plus secret de tout l'Himalaya s'ouvre depuis peu aux étrangers. Un pays hors du temps à découvrir.

#### Formalités administratives

##### Népal

Formalités consulaires pour les ressortissants européens et suisses :

- un passeport valide 6 mois après la date présumée de votre retour de voyage,
- un visa Népal, à demander vous-même.

Pour les autres nationalités, se renseigner auprès des autorités consulaires du Népal dans votre pays.

A titre indicatif, pour un visa entrée simple ou multiple :

- pour une durée maximale de 15 jours sur place : 30 usd (ou équivalent en eur)
- pour une durée maximale de 30 jours sur place : 50 usd (ou équivalent en eur)
- pour une durée maximale de 90 jours sur place : 125 usd (ou équivalent en eur)

Vous avez 2 possibilités pour obtenir votre visa :

- directement à votre arrivée au Népal à l'aéroport (prévoir 1 photo d'identité et remplir le formulaire de demande de visa que vous trouverez à votre arrivée à Kathmandu) ;
- auprès de l'ambassade du Népal. Prévoir dans ce cas 2 photos d'identité, des euros en espèces, le formulaire de demande de visa rempli (reçu lors de votre inscription) ;

Notre conseil : prenez votre visa à l'aéroport à votre arrivée à Kathmandu. C'est la solution la plus simple et la moins onéreuse !

Parcs nationaux, permis d'ascension, permis spéciaux : un permis est nécessaire pour entrer dans les parcs nationaux où se déroulent la presque totalité de nos circuits. Certaines régions (Dolpo, Manaslu,...) et les ascension de sommets dits "trekking peak" requièrent un permis spécial dont nous devons faire la demande avant votre arrivée, accompagné de plusieurs photos d'identité. Reportez-vous à la fiche descriptive de votre voyage pour connaître les détails.

Vous voyagez avec des enfants :

Pour entrer au Népal, les enfants sont soumis aux mêmes obligations de passeport et de visa que les adultes, décrites ci-dessus.

A noter : les inscriptions de mineurs sur les passeports des parents sont désormais impossibles, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel. La possession de ce document, en cours de validité, est suffisante pour permettre au mineur de sortir du territoire.

#### Conseil(s) santé

##### Népal

Vaccins

Aucun vaccin n'est obligatoire, mais certains sont fortement recommandés.

Soyez à jour des vaccinations classiques : diptérite, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde, hépatite A fortement conseillé. Pour certains sujets à risques : hépatite B, rage.

A noter : la vaccination contre la fièvre jaune est inutile (pas de fièvre jaune en Asie), mais exigée pour toute



Thematika

Bohey, 25  
L-9647 DONCOLS  
Tél. : (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA  
*Voyagez comme vous aimez.*

personne venant d'Afrique ou d'Amérique tropicale.

#### Paludisme

Un traitement antipaludéen n'est pas nécessaire pour un trekking au Népal. La plupart du temps, les treks se déroulent au-dessus de l'altitude de vie du moustique porteur (anophèle femelle) : 1500-1800 mètres. Aux altitudes inférieures, en début et fin de circuit, les régions traversées ne sont en général pas infestées aux époques concernées. En revanche, nous vous recommandons d'utiliser des répulsifs efficaces pour les zones de basse altitude (Chitwan), par exemple les produits de la gamme Insect Ecran, parmi les plus efficaces.

#### Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

#### Acclimatation et traitement préventif du mal d'altitude

Nous concevons nos itinéraires en respectant le mieux possible les "paliers d'acclimatation". Cependant les contraintes du pays peuvent exiger une montée brusque. Un caisson hyperbare est fourni lors de tous les trekkings engagés en très haute altitude, pour un traitement d'urgence en cas de MAM (Mal Aigu des Montagnes).

Pour tous les circuits de trekking où la dénivellation est importante, il est préférable d'envisager, avec votre médecin traitant, un traitement préventif au mal d'altitude (type Diamox) et de vérifier votre capacité à évoluer en altitude (consultations spécialisées en hôpital).

Pour plus d'information, vous pouvez vous reporter à la brochure éditée par l'ARPE (Association pour la Recherche en Physiologie de l'Environnement) ou au site Internet de l'association : [www.arpealtitude.org](http://www.arpealtitude.org)

Nous vous conseillons également vivement la lecture de la page du site du MAE consacrée à la santé : excellent article sur le mal d'altitude et les conditions de rapatriement éventuelles.

"Au Népal, tous les secours en montagne sont payants, ils peuvent prendre du temps à organiser et sont dépendants de la météo, les hélicoptères ne volent que dans de bonnes conditions. L'assurance relève de la responsabilité des particuliers. A défaut, ils doivent financer eux-même le coût des recherches et/ou du rapatriement. Au Népal, les hélicoptères ne décollent que s'ils ont la garantie d'être payés.

Il est impératif de lire soigneusement les clauses du contrat d'assurance. Toutes les assurances voyages ne couvrent pas les frais de recherche et d'évacuation en montagne, en particulier celles allant avec l'utilisation d'une carte de crédit. Être assuré pour un rapatriement implique le plus souvent uniquement la prise en charge du transfert à partir d'un hôpital vers la France. Cela ne couvre pas nécessairement les recherches en montagne et les frais d'évacuation vers un hôpital. De même, parfois, seuls les accidents sont couverts et non les maladies, comme le mal des montagnes.

La garantie "neige et montagne" de la carte Visa ne permet pas d'avancer les frais de secours en montagne (sauf accord spécifique avec les professionnels locaux, ce qui n'est généralement pas le cas au Népal). La souscription d'une autre assurance est indispensable pour garantir aux compagnies privées d'hélicoptères le paiement des recherches en montagne et le retour vers Katmandou. Une assurance de voyage peut également vous assurer pour votre voyage.

Connaitre et faire connaître les références de son contrat et les coordonnées de son assurance permet une intervention beaucoup plus rapide des secours: remplissez la fiche de renseignements mise à votre disposition sur le site de l'ambassade et donnez également ces renseignements à votre agence de trek."

L'assistance que propose Trek Aventure, prend en charge les frais de secours en montagne en cas d'accident ou de maladie.



Thematika

Bohey, 25  
L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

THEMATIKA  
*Voyagez comme vous aimez.*

## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Le prix comprend

- Tous les transferts terrestres indiqués au programme
- Les vols KTM-Lukla-KTM et KTM-Chitwan-KTM
- Le vol en hélicoptère Phakding-Syangboche-Lukla
- 2 nuits au Hyatt Regency en B&B
- 1 nuit au Yeti Mountain Home en pension complète
- 1 nuit au Heritage Hotel en B&B
- 1 nuit au Dwarika Resort Executive Suite en B&B
- 2 nuits au Kasara Resort en pension complète
- 1 nuit au Dwarika Executive Suite en B&B
- Les entrées et activités dans le parc de Chitwan
- 1 guide culturel francophone les jours 2 et 4 après-midi
- 1 guide de trekking francophone les jours 3 et 4 matin
- 1 porteur les jours 3 et 4
- Les permis Sagarmatha et Pasang Lamo Village

### Le prix ne comprend pas

- les frais de visa
- les vols internationaux
- les dépenses personnelles
- les pourboires
- les déjeuners et diners à Katmandou, Bhaktapur et Dhulikhel
- les entrées des sites visités

### Vous préparer à partir

#### Préparation physique

#### Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.

- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

## Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

### > Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie ( suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants ( séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO  
[www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

### > Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

### > Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.



Thematika

Bohey, 25  
 L-9647 DONCOLS

THEMATIKA  
*Voyagez comme vous aimez.*

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.